5.092 Polievka šošovicová mliečna
100 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
voda	12,00	12,00	13,00	13,00	14,00	14,00	15,00	15,00
šošovica	1,80	1,80	2,20	2,20	2,40	2,40	3,00	3,00
olej	0,10	0,10	0,20	0,20	0,30	0,30	0,40	0,40
múka hladká	0,25	0,25	0,30	0,30	0,30	0,30	0,40	0,40
mlieko	6,00	6,00	7,00	7,00	8,00	8,00	10,00	10,00
bobkový list	0,02	0,02	0,03	0,03	0,03	0,03	0,04	0,04
korenie celé čierne			0,02	0,02	0,02	0,02	0,03	0,03
soľ	0,07	0,07	0,10	0,10	0,12	0,12	0,15	0,15
cesnak	0,12	0,10	0,12	0,10	0,12	0,10	0,15	0,13
ocot	0,20	0,20	0,20	0,20	0,25	0,25	0,30	0,30
cukor kryštálový	0,15	0,15	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20
hmotnosť porcie v g	180		200		220		250	

Výrobný postup

Šošovicu preberieme, umyjeme a necháme nabobtnať. Dolejeme vodou, pridáme bobkový list, celé korenie a varíme do mäkka. Zahustíme múkou opraženou nasucho, rozriedenou mliekom, povaríme. Dochutíme soľou, prelisovaným cesnakom, cukrom a octom. Necháme prejsť varom.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	511	123	6,65	2,7	0,9	16,6	2,2	93,5	1,9	0,012	0,1	0,1	0,8	0,0
B	629	151	8,03	3,4	1,2	20,3	2,8	110,4	2,4	0,015	0,1	0,1	0,9	0,0
C	716	172	8,84	4,5	1,8	22,0	3,0	124,8	2,6	0,017	0,1	0,2	1,1	0,0
D	901	216	11,09	5,9	2,5	27,2	3,8	154,8	3,3	0,021	0,1	0,2	1,3	0,0